

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Masalah stunting

a. Pengertian

Stunting adalah kondisi gizi balita yang memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang dari umur mereka. Standar pertumbuhan anak dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), dapat digunakan untuk menentukan apakah seorang anak mengalami stunting atau tidak (Hartati dan Wahyuningsih, 2021). Jika ada kurang dari dua standar deviasi median, itu dianggap stunting. Banyak faktor, termasuk kondisi sosial ekonomi, gizi ibu saat hamil, kesakitan bayi, dan kurangnya asupan gizi pada bayi, dapat menyebabkan stunting balita. Banyaknya penyebab ini biasanya bertahan lama (kronik) (Suraya *et al.*, 2025)

Panjang badan PB/U atau tinggi badan TB/U menurut umur dapat digunakan untuk mengidentifikasi balita yang pendek, atau sangat pendek. Nilai Z yang kurang dari -2 SD atau kurang dari -3 SD menunjukkan penurunan yang signifikan.

Tabel 3 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Stunting

Indeks	Status Gizi	Z-Score
PB/U atau TB/U	Sangat Pendek	< -3 SD
	Pendek	-3 s/d < -2 SD
	Normal	-2 s/d +2 SD
	Tinggi	>+2 SD

Sumber: Standart Antropometri Anak 2023

b. Faktor Penyebab

Dalam penelitian (Suryani *et al.*, 2023), beberapa faktor yang menyebabkan stunting termasuk gizi buruk yang dialami responden dan anak-anak adalah saat responden hamil dan ketika anak-anak masih balita. Hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan responden tentang pentingnya kesehatan utamanya terkait asupan nutrisi dan gizi baik sebelum kehamilan maupun setelah melahirkan. (Kuswanti dan Azzahra, 2022). Selain itu kurangnya akses ke makanan bergizi disebabkan harga makanan yang tinggi, disamping itu, banyak ibu-ibu tidak tahu apa yang dibutuhkan anak selama tumbuh kembangnya; mereka hanya melihat jumlah makanan yang diberikan tanpa mempertimbangkan gizi yang terkandung di dalamnya, dan terkadang banyak ibu yang hanya memberikan makanan instan (Waluyo Surryanto Djoko, 2025).

c. Dampak

Stunting dapat menghambat perkembangan dalam proses pembelajaran, menyebabkan penurunan IQ non verbal, penurunan kinerja kognitif, penurunan penguasaan ilmu, kelemahan dalam berolahraga, dan peningkatan kemungkinan terkena penyakit (Biostatistik *et al.*, 2021) . Selain itu, stunting memiliki efek yang signifikan dalam jangka pendek, menengah, dan panjang. Dampak jangka panjang mencakup peningkatan risiko terkena penyakit degeneratif pada usia dewasa, penurunan daya tahan tubuh, dan tingkat

morbiditas dan mortalitas yang lebih tinggi (Yadika ADN, Berawi KN dan Nasution SH, 2019). Di sisi lain, dampak jangka pendek mencakup penurunan potensi sumber daya manusia, dan peningkatan risiko terkena berbagai penyakit (Natassya dan Soesanto, 2024) Akibatnya, stunting memiliki efek yang signifikan terhadap kesehatan dan perkembangan seseorang dalam jangka waktu yang lebih lama.

2. Ibu balita

a. Peran ibu balita

Ibu adalah orang yang paling dekat dengan balita dan sangat berperan dalam mensuplai gizinya. Oleh karena itu, ibu balita harus memiliki pengetahuan gizi yang baik untuk memastikan bahwa mereka dapat menyediakan makanan dengan komposisi yang bervariasi supaya dapat dikonsumsi balita untuk memenuhi kebutuhan gizinya (Sma *et al.*, 1980) dalam penelitian (Assyfa *et al.*, 2023).

b. Sosial ekonomi

Perolehan asupan gizi anak balita dipengaruhi oleh kondisi sosial ekonomi ibu balita, yang meliputi pekerjaan ibu, ekonomi keluarga, jumlah anak dalam keluarga, dan sistem pola asuh ibu. Pendidikan juga sangat memengaruhi pengetahuan ibu tentang gizi dan kesehatan anak balita. Keduanya saling mendukung karena: ibu balita akan memiliki pengetahuan yang lebih baik jika mereka menerima pendidikan yang baik, dan sebaliknya (Suryadi, Uly dan Zamli, 2024).

Status gizi bayi terkait dengan ibu yang bekerja. Ibu yang bekerja memiliki balita yang kekurangan gizi dan gizi lebih bagus ada pada balita yang ibunya tidak bekerja. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa ibu yang tidak bekerja mampu menyediakan asupan gizi pada balitanya dengan lebih baik karena peran mereka sebagai pengasuh dan pengatur asupan gizi keluarga, sedangkan ibu yang bekerja kurang mencukupi waktu untuk merawat dan mengasuh balitanya, sehingga mereka dapat menderita kekurangan gizi (Padilah, AlfikaL dan Linmus, 2024). Perolehan gizi balita dipengaruhi oleh pendapatan keluarga. Besar pendapatan akan mampu memenuhi kebutuhan gizi bayi. Jika pendapatan rendah, daya beli pangan juga rendah. Status gizi anak balita rendah karena pemenuhan pangan yang buruk .

Jumlah anak dalam keluarga juga memengaruhi status gizi balita. Jumlah anak dalam keluarga memengaruhi tingkat kebutuhan makanan, yang juga merupakan jumlah distribusi makanan dalam keluarga. Meskipun ada keadaan ekonomi yang cukup, jumlah anak yang banyak dapat menyebabkan distribusi makanan yang tidak merata, yang dapat menyebabkan anak kekurangan gizi. Jika ada jarak anak yang terlalu dekat, perhatian dan konsentrasi orang tua akan berkurang pada anak. Keadaan ini akan menyebabkan penurunan nafsu makan anak, yang mengakibatkan penurunan pemenuhan kebutuhan makanan mereka. Hal ini akan mengganggu dan memengaruhi kondisi gizi anak.

Selain itu, pola asuh ibu terhadap balita juga akan memengaruhi status gizi balita. Pola asuh yang baik dapat memengaruhi status gizi balita dengan berbagai cara, seperti memberikan perhatian yang penuh kasih sayang kepada balita, menunjukkan pujian atau tanggapan dari ibu balita, dan memungkinkan ibu balita untuk memberikan waktu yang cukup untuk memperhatikan makanan yang dikonsumsi balita. Semua ini akan menyebabkan status gizi balita menjadi lebih baik.

3. Media edukasi Kesehatan

a. Definisi

Pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita. Pendidikan kesehatan dapat memberikan informasi yang dibutuhkan ibu balita untuk meningkatkan pengetahuannya dan menginspirasi pola hidup yang lebih baik. Salah satu bentuk pendidikan kesehatan adalah penyuluhan, yang akan mengajarkan ibu balita tentang hal-hal yang mereka belum ketahui dan menjadikannya sesuatu akan lebih baik.

Media diperlukan dalam penyuluhan untuk upaya promosi kesehatan dalam hal ini adalah mencegah stunting. Dalam jangka pendek, penyuluhan pada ibu balita akan memberi mereka informasi yang dapat membantu mereka belajar lebih banyak dan berperilaku lebih baik dengan balita mereka. Untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan, penyuluh dapat menggunakan berbagai pendekatan misalnya ceramah lebih baik daripada demonstrasi, tetapi penyampaian yang tidak menarik dan terlalu panjang sering menyebabkan kebosanan (Mufida *et al.*, 2023)

Edukasi kesehatan dimaksudkan untuk meningkatkan pengetahuan. Pendidikan, juga dikenal sebagai edukasi, adalah upaya yang dirancang untuk memengaruhi seseorang, baik individu atau kelompok, sehingga mereka mampu melakukan apa yang diinginkan guru mereka. Tenaga kesehatan dapat menggunakan peluang edukasi kesehatan ini untuk melakukan intervensi yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan mereka. Edukasi kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap kesehatan, terutama untuk ibu balita tentang berbagai informasi kesehatan. Pemberian edukasi yang dilakukan dengan cara yang tepat maka pengetahuan ibu balita dapat meningkat dan mereka akan mendapatkan informasi yang mereka butuhkan.

Faktor-faktor seperti jenis pendidikan, lama pendidikan, media, psikologi, budaya, dan dukungan sosial memengaruhi kualitas pendidikan. Media edukasi sangat penting untuk membantu orang memahami dan menangkap informasi terkandung. Media edukasi adalah alat yang digunakan untuk menyampaikan informasi dan diharapkan bahwa alat ini akan mempermudah penerimaan pesan. (Emergensi, Ilmu, dan Fk, 2021).

Pengetahuan ibu balita tentang pentingnya pendidikan gizi memengaruhi asupan gizi bagi balita mereka. Pengetahuan didefinisikan sebagai kesan yang diciptakan oleh panca indra manusia dalam otak mereka. Pengetahuan yang tinggi akan memengaruhi perilaku terhadap

konsumsi makanan, salah satunya berasal dari media edukasi. Edukasi gizi dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang cara mencegah dan menangani efek dari masalah kesehatan. Agar edukasi dapat diterima dengan baik oleh ibu balita, materi yang diberikan harus menarik. Media pembelajaran yang tepat digunakan sebagai perantara dalam pengajaran. Media pembelajaran adalah alat bantu yang digunakan untuk mempermudah dan memperjelas penyampaian ide, konsep, materi, dan gagasan. (Az-zahra dan Kurniasari, 2022)

b. Jenis-jenis media edukasi

Pengetahuan seseorang akan dipengaruhi oleh informasi yang mereka peroleh. Kemampuan meningkatnya pengetahuan akan cepat diperoleh bila bahan edukasi yang digunakan informatif dan menarik, karena hal ini merupakan sarana kuat untuk mendukung penyuluhan kesehatan. Media elektronik, media cetak, media papan, dan billboard adalah beberapa contoh media yang dapat digunakan untuk edukasi gizi. Salah satu jenis media cetak adalah buku saku karena ringkas, mudah digunakan, dan mengandung banyak data. Selain itu, ukurannya kecil seukuran saku, sehingga mudah dibawa dan dapat dibaca kapan saja (Hidayah dan Sopiandi, 2019)

4. Media buku saku

a. Pengertian

Kamus Besar Bahasa Indonesia mengatakan buku saku adalah buku berukuran kecil yang mudah dibawa ke mana pun. Buku saku adalah jenis media visual atau cetak yang terdiri dari lembaran seperti buku yang berisi pernyataan untuk dibagikan kepada orang lain untuk membantu mereka mencapai tujuan tertentu.

b. Ciri buku saku

Buku saku memiliki beberapa fitur, seperti bahwa jumlah halamannya tidak dibatasi, boleh lebih dari 24 halaman dan disusun sesuai dengan standar penulisan ilmiah populer. Meskipun informasi tidak disertakan secara eksplisit dalam teks, nama penyusun dan referensi disertakan pada akhir karya. Dalam posisi potret, ukuran buku saku adalah 13 x 10 cm. Buku saku telah dibuat oleh beberapa peneliti dalam berbagai ukuran. Misalnya, buku saku berukuran 8,9 cm x 12,7 cm (Setiawan, 2013), 11 cm x 15,5 cm (Mutmainah, 2014), 10 cm x 7 cm (Ami, Susantini dan Raharjo, 2012), dan 15 cm x 10 cm (Laksita, Supurwoko dan Budiawanti, 2013). Dengan demikian, ukuran buku saku adalah panjang 8,9 cm -15 cm dan lebar 10 cm -15,5 cm.

Ada empat kriteria untuk memilih jenis huruf yaitu: menarik, digunakan dengan sederhana, gaya huruf yang mudah dibaca, dan pilihan huruf yang tidak terlalu beragam. Pilihan jenis huruf dalam buku saku akan membuatnya lebih menarik. Ada tiga persyaratan untuk format buku saku yaitu: dilihat dari keseluruhan tampilan buku saku, alur baca, dan tampilan gambar. Tampilan keseluruhan buku saku harus terlihat

menarik dan komunikatif, dan alur baca harus mengarahkan pembaca untuk beralih dari bagian awal ke bagian inti dan bagian penutup yang merupakan kesimpulan buku. Sehingga tampilan buku saku ini tidak terbagi-bagi dan berkualitas tinggi, tujuan tampilan gambar adalah untuk menunjukkan ide yang ingin disampaikan kepada pembaca.

Ada tiga kriteria yang berkaitan dengan aspek bahasa: kesesuaian huruf, penggunaan bahasa, dan penggunaan kalimat. Huruf yang digunakan disesuaikan dengan ukuran buku saku agar jelas dan mudah dibaca, bahasa yang digunakan sesuai dengan karakteristik pengguna dan mudah dipahami, dan penggunaan kalimat dan bahasa disesuaikan dengan pedoman ejaan umum Bahasa Indonesia agar pembaca mudah memahaminya. (Cahyaningrum, Mars dan Suratman, 2024)

c. Prinsip yang diperhatikan dalam penyusunan buku saku

- 1) Materi ditulis secara singkat dan jelas
- 2) Teks materi harus mudah dipahami
- 3) Konsisten dalam penulisan simbol dan istilah
- 4) Menunjukkan penekanan materi secara khusus;
- 5) Menyediakan warna dan desain yang menarik
- 6) Ukuran font dan jenis font standar untuk isi adalah 9–10 poin dan
- 7) Menyesuaikan jumlah halaman kelipatan 4 untuk menghindari beberapa halaman kosong (Milanisti, Darmawansyah dan Sulastri, 2025)

d. Kelebihan dan kekurangan buku saku

1) Kelebihan

Dapat digunakan untuk belajar menggali informasi, dan membantu memecahkan masalah, serta dapat meningkatkan pengetahuan seseorang sesuai dengan materi yang disampaikan

2) Kekurangan media buku saku yaitu masih diperlukan biaya yang mahal untuk membuatnya.

5. Media Leaflet

a. Pengertian

Media leaflet adalah salah satu cara yang dapat digunakan untuk menjelaskan suatu topik. Leaflet media memiliki banyak keuntungan, seperti tahan lama, mencakup banyak orang, tidak mahal, tidak membutuhkan listrik, dapat dibawa ke mana-mana, membuat materi lebih mudah dipahami, dan meningkatkan keinginan untuk belajar.

b. Ciri media leaflet

1) Bentuk Leaflet

Media leaflet adalah salah satu alat yang dapat digunakan untuk menjelaskan suatu topik. Media leaflet memiliki banyak keuntungan, seperti tahan lama, mencakup banyak orang, tidak mahal, tidak membutuhkan listrik, dapat dibawa ke mana-mana, membuat materi lebih mudah dipahami, dan meningkatkan keinginan untuk belajar.

2) Ukuran kertas

Kertas yang direkomendasi dalam pembuatan leaflet yaitu berukuran antara lain A4 (21 x 29,7 cm) untuk banyak informasi dan lipatan, A5 (14,8 x 21 cm) untuk ukuran ringkas, dan A6 (10,5 x 14,8 cm) untuk promosi singkat.

3) Isi leaflet

Leaflet mengandung tulisan dan gambar yang menarik berdasarkan isinya.

4) Prinsip yang diperhatikan dalam penyusunan media leaflet

Menurut Tiurida Intika (2018) dalam penelitian (Nurhidayah, 2019), prinsip yang diperhatikan dalam pembuatan leaflet diantaranya adalah sebagai berikut: memuat konten yang mudah dilihat, menarik, sederhana, bermanfaat untuk sumber ilmu pendidikan, akurat yaitu benar dan tepat sasaran, sah dan masuk akal serta baik dan runtut.

5) Kelebihan dan kekurangan media leaflet

Salah satu keuntungan dari leaflet ini adalah proses pengembangan yang relatif cepat, juga efektif untuk pesan yang singkat dan padat. Media leaflet lebih efektif karena hanya mengandalkan penglihatan, dan memungkinkan responden untuk lebih fokus pada alur materi. Selain itu, lembaran leaflet dapat dipelajari sesuai dengan kebutuhan, minat, dan kecepatan penerima pesan. Leaflet juga dapat dibawa ke mana saja dan

dapat dipelajari kapan saja (Ramdaniati dan Wandu Somantri, 2022)

Kekurangan dari lembaran ini adalah bahwa pesan yang dapat disampaikan sangat sedikit. Beberapa penelitian menemukan bahwa media ini dapat meningkatkan pengetahuan.

6. Pengetahuan

a. Pengertian pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari penginderaan terhadap objek tertentu. Penginderaan dapat dilakukan melalui panca indra manusia, seperti mata, telinga, hidung, dan perabaan melalui kulit. Pengetahuan yang diperoleh seseorang sangat penting dan memengaruhi tindakan mereka.

Enam Tingkatan pengetahuan antara lain :

1) Tahu (*know*)

Artinya: ketertarikan untuk mengingat materi yang telah dipelajari sebelumnya.

2) Memahami (*comprehension*)

Artinya adalah kemampuan untuk menjelaskan dan menginterpretasikan informasi dengan benar.

3) Aplikasi (*application*)

Yaitu kemampuan untuk menggunakan informasi yang telah dipelajari dalam situasi yang nyata.

4) Analisis atau (*analysis*)

Yaitu: kemampuan untuk membagi materi suatu topik ke dalam bagian-bagian tertentu yang terhubung satu sama lain dalam struktur tertentu.

5) Sintesis atau (*synthesis*)

Yaitu: kemampuan untuk menggabungkan komponen untuk membuat formula baru

6) Evaluasi atau (*evaluation*)

Yaitu: kemampuan untuk menilai suatu hal atau materi tertentu.

(Jamaluddin and Nugroho, 2020)

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan :

1) Umur

Dalam hal pengambilan keputusan, umur dapat memengaruhi. Seseorang menjadi lebih matang dalam berpikir dan bekerja seiring dengan bertambahnya usia.

2) Pendidikan

Seseorang yang memiliki pendidikan tinggi memiliki pengetahuan yang lebih luas tentang cara merawat anak dan lebih mampu menjaga kebersihan lingkungannya.

3) Pekerjaan ibu

Status ibu yang bekerja dapat memengaruhi perkembangan anak mereka. Hal ini karena dipicu oleh kurangnya waktu untuk

memberikan makanan dan nutrisi serta mengasuh anak sehari-hari. (Fajriyati, Lestari dan Hertinjung, 2022)

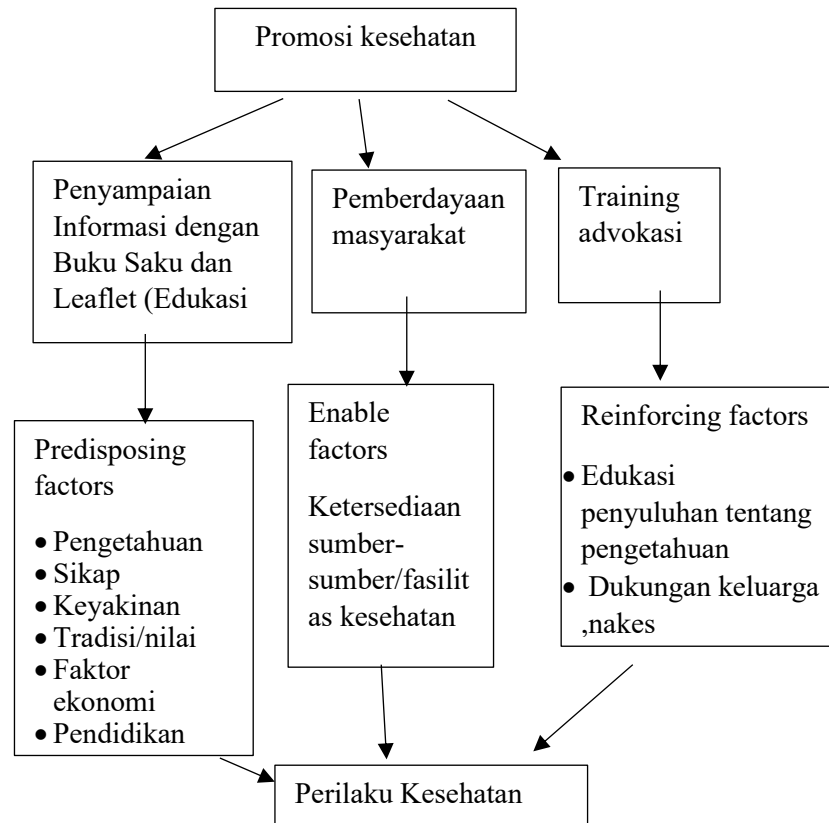
4) Penghasilan keluarga

Ibu yang harus membantu suami mencari uang tambahan karena penghasilan keluarga rendah, hal ini menyebabkan kurangnya waktu, menimbulkan kelelahan, termasuk kemunduran daya ingat bagi ibu, yang berarti bahwa informasi yang mungkin didapat tidak akan tersimpan lama dalam ingatannya. Sebenarnya ibu dapat mempertimbangkan untuk memenuhi kebutuhan tambahan mereka, seperti mencari informasi tentang kesehatan, jika pendapatan keluarganya tercukupi. Akar masalah gizi buruk sebenarnya karena kemiskinan yang tidak teratasi dengan penghasilan rendah, sehingga mengakibatkan kurangnya pengetahuan (Aini *et al.*, 2022) ,

5) Jumlah anak dalam keluarga

Kewajiban ibu rumah tangga akan meningkat jika ada lebih dari tiga anak dalam keluarga. Kesibukan inilah yang memungkinkan ibu tidak memiliki waktu cukup untuk belajar lebih banyak, seperti membaca buku, mendapatkan informasi dari petugas kesehatan, atau cara lain untuk meningkatkan kompetensi diri. Hal ini dapat terjadi karena waktu ibu habis untuk mengurus rumah tangga dan membantu suami menghasilkan uang untuk keluarga. ((Utami, 2020)

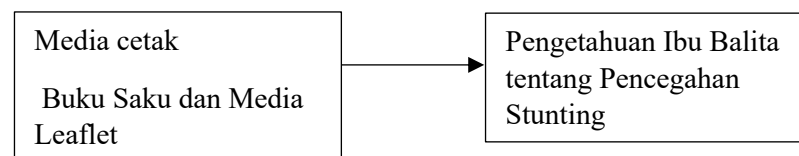
B. Kerangka teori



Gambar 1. Kerangka Teori

Penelitian Sumber: Teori Lawrence Green (1980) dalam (Notoadmojo, 2010) Faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan

C. Kerangka konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

D. Hipotesis

Buku saku dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita dalam pencegahan stunting lebih efektif dibandingkan dengan leaflet dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita dalam pencegahan stunting